



THE CORRELATION OF OCCUPATIONAL STRESS WITH SUBJECTIVE FATIGUE WOMEN WORKERS IN WEAVING LOOM UNIT PT. X

HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN KELELAHAN SUBJEKTIF PADA
TENAGA KERJA WANITA DI UNIT WEAVING LOOM PT. X

Research Report
Penelitian

Yulia Dwi Andarini^{1*}, Tofan Agung Eka Prasetya²

¹ Occupational Health and Safety Division, Faculty of Health Science, Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo- Indonesia

² Department of Health Science, Faculty of Vocational Education, Universitas Airlangga, Surabaya- Indonesia

ABSTRACT

Background: An occupation with a high risk of work fatigue is an occupation in textile industry. The involvement of women in the textile industry sector in Indonesia is dominant. Women labors who run work on domestic and public sector will be less inclined a work fatigue. Subjective fatigue is the problem faced by women workers at production division weaving loom unit of PT. X. **Purpose:** This study aimed to determine occupational stress correlation with subjective fatigue in weaving loom unit PT. X. **Method:** Type of this observational analytic study was using a cross sectional design. The number of research subject were 95 people. An occupational stress is independent variable. The dependent variable is a subjective fatigue. Occupational stress measurement was using job stress indicator questionnaire. Subjective fatigue measurement was using Subjective Self Rating Test questionnaires. Chi square test used as significance test. All test used 95% confidence interval and significance level of $p=0,05$. **Result:** Chi square test result showed that occupational stress has significant association with subjective fatigue. **Conclusion:** An occupational stress has a positive correlation with subjective fatigue women workers in weaving loom unit PT. X.

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu pekerjaan yang memiliki risiko kelelahan kerja cukup tinggi adalah pada industri tekstil. Keterlibatan wanita dalam sektor industri tekstil di Indonesia semakin besar. Seorang tenaga kerja wanita yang menjalankan pekerjaan pada sektor domestik dan publik akan lebih cenderung mengalami kelelahan kerja. Kelelahan subjektif merupakan permasalahan yang dihadapi oleh tenaga kerja wanita bagian produksi unit weaving loom PT. X. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel stres kerja terhadap kejadian kelelahan subjektif pada tenaga kerja wanita bagian produksi unit weaving loom PT. X. **Metode:** Jenis penelitian observasional analitik, menggunakan desain Cross Sectional. Subjek penelitian sebanyak 95 orang. Variabel bebas yaitu stres kerja. Variabel terikat adalah kelelahan subjektif. Pengukuran stres kerja menggunakan kuesioner stres kerja metode skoring. Pengukuran kelelahan subjektif menggunakan kuesioner Subjective Self Rating Test. Uji chi square digunakan untuk uji kemaknaan statistik. Keseluruhan uji menggunakan Confidence Interval 95% dan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. **Hasil:** Hasil uji chi square menunjukkan bahwa stres kerja memiliki hubungan yang bermakna dengan kelelahan subjektif. **Kesimpulan:** Stres kerja mempunyai hubungan yang bermakna terhadap kejadian kelelahan subjektif pada tenaga kerja wanita bagian produksi unit weaving loom PT. X.

ARTICLE INFO

Received 26 April 2017
Accepted 22 Juni 2017
Available online 3 Juli 2017

* Correspondence (Korespondensi):
Yulia Dwi Andarini

E-mail:
yuliadwiandarini@unida.gontor.
ac.id

Keywords:
Correlation; subjective fatigue;
occupational stress; women
workers; weaving loom unit.

Kata Kunci:
Hubungan; kelelahan subjektif;
stres kerja; tenaga kerja wanita;
unit weaving loom.

PENDAHULUAN

Suma'mur (2014) menyatakan bahwa industri tekstil ditinjau dari aspek higiene perusahaan dan kesehatan kerja, memiliki aspek-aspek khusus yang tidak ditemui dalam industri lain dan kelelahan merupakan aspek yang harus mendapat perhatian dalam industri tekstil.

Kelelahan adalah keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja dengan sumber utama yaitu kelelahan visual, kelelahan fisik, kelelahan saraf, kelelahan akibat lingkungan monoton, serta kelelahan oleh lingkungan kronis sebagai faktor tetap. Kelelahan menjadi faktor yang dapat menyebabkan turunnya produktivitas kerja, hilangnya jam kerja, tingginya biaya pengobatan dan material, serta rendahnya kualitas kerja.

Salah satu pekerjaan yang memiliki risiko kelelahan kerja cukup tinggi adalah pada industri tekstil. Penelitian Silastuti (2006) pada sebuah industri tekstil, PT. Bengawan Solo Indonesia, menyebutkan bahwa kelelahan setelah kerja memiliki nilai rata-rata lebih besar jika dibandingkan dengan nilai rata-rata kelelahan sebelum bekerja. Hal ini disebabkan karena jenis pekerjaan pada industri tekstil membutuhkan ketelitian, kerajinan, ketekunan, kesabaran, konsentrasi tinggi, serta keterampilan yang baik, selain itu pekerjaan ini juga termasuk jenis pekerjaan yang monoton.

PT. X merupakan salah satu perusahaan tekstil yang memproduksi kain sebagai bahan baku pembuatan batik. Sifat produksinya adalah padat karya dengan mayoritas pekerja yaitu wanita. Keterlibatan wanita sekaligus dalam sektor domestik (wanita sebagai istri, ibu, serta pengelola rumah tangga) dan sektor publik (wanita sebagai tenaga kerja, anggota masyarakat, serta manusia pembangunan) disebut sebagai peran ganda wanita (Sudarwati, 2003).

Seorang tenaga kerja wanita yang menjalankan peran ganda akan lebih cenderung mengalami kelelahan kerja karena menanggung beban yang lebih besar. Hasil penelitian Setyawati (1995) menunjukkan bahwa stres kerja lebih banyak diderita oleh wanita dengan status menikah dibanding wanita dengan status tidak menikah.

Studi yang dilakukan oleh Sumarni (1998) di Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan bahwa 96,4% tenaga kerja wanita industri tekstil mengalami stres psikososial dan 47,5% diantaranya mengalami gangguan depresi. Jika stres psikososial terus meningkat maka tenaga kerja akan mengalami berbagai gejala stres yang berpengaruh terhadap kinerja dan kesehatannya.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap sepuluh tenaga kerja wanita bagian operator mesin *weaving* PT. X dan diambil secara acak, didapatkan bahwa seluruh tenaga kerja wanita tersebut mengeluhkan lelah pada saat bekerja dan setelah bekerja dengan gejala seperti sakit di kepala, lelah pada mata, nyeri di punggung, kekakuan di bahu, tangan, dan kaki, menurunnya konsentrasi, menurunnya kecepatan bergerak, serta sering menguap. Hasil wawancara yang

dilakukan kepada petugas poliklinik PT. X menunjukkan bahwa tenaga kerja wanita pada unit *weaving loom* yang mengeluhkan lelah sebanyak 35%.

Berdasarkan beberapa permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik untuk memfokuskan penelitian pada tenaga kerja wanita bagian produksi unit *weaving loom* PT. X, dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap kejadian kelelahan subjektif. Variabel tersebut diteliti dan *outputnya* digunakan sebagai bentuk dukungan keluarga, perusahaan, maupun tenaga kerja sendiri dalam upaya mengatasi masalah kelelahan agar tidak menjadi kelelahan yang sifatnya kronis, sehingga tenaga kerja wanita tersebut memiliki kapasitas kerja yang tinggi dalam melaksanakan pekerjaannya.

MATERIAL DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *observational analytic study*, dengan desain penelitiannya adalah *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di PT. X. Populasi penelitian ini adalah seluruh pekerja wanita sebanyak 95 orang bagian produksi unit *weaving loom* PT. X. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *simple random sampling* dengan mempertimbangkan 11 kriteria inklusi dan 1 kriteria eksklusi.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini, antara lain: subjek penelitian adalah tenaga kerja wanita bagian operator mesin *weaving* di unit *weaving loom* PT. X, hanya bekerja di PT. X, umur responden ≥ 15 –45 tahun, masa kerja ≥ 1 tahun sebagai operator mesin *weaving* di unit *weaving loom* PT. X, tingkat pendidikan minimal Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau sederajat, status menikah, sehat, tidak sedang cuti, tidak sedang hamil, dan tidak sedang menyusui, bukan perokok dan peminum alkohol, bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Kriteria eksklusi yaitu subjek penelitian tidak berada di lokasi penelitian ketika penelitian berlangsung.

Variabel penelitian yang diteliti adalah kelelahan kerja berdasarkan faktor stres kerja. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini antara lain: kuesioner identitas responden, kuesioner penilaian stres kerja metode *scoring* serta kuesioner *Subjective Self Rating Test*.

Analisis dilakukan dengan uji kemaknaan *chi square*. Keseluruhan uji menggunakan *Confidence Interval* 95% dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Program Stata versi 12 digunakan dalam analisis data.

HASIL

Analisis deskripsi yang ditunjukkan pada tabel 1 menjelaskan bahwa mayoritas tenaga kerja mengalami stres kerja ringan sebanyak 66 orang (69,5%). Sedangkan pada tabel distribusi frekuensi kelelahan subjektif menunjukkan bahwa mayoritas tenaga kerja wanita unit *weaving loom* PT. X mengalami kelelahan ringan sebanyak 50 orang (52,6%).

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian Operator Wanita Mesin Weaving PT. X

Karakteristik	n (jumlah)	%
Stres Kerja		
Ringan	66	69.5
Sedang	29	30.5
Total	95	100
Kelelahan Subjektif		
Ringan	50	52.6
Sedang	27	28.4
Berat	18	19
Total	95	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa signifikansi terjadi antara variabel stres kerja terhadap variabel kelelahan subjektif pada operator wanita mesin weaving PT. X. Analisis bivariat yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja sebagai variabel bebas dengan variabel terikat yaitu kelelahan subjektif. Dalam analisis bivariat ini, uji chi-square dilakukan untuk uji signifikansi dengan Confidence Interval (CI) 95% dan tingkat kemaknaan $p = 0,05$

Pada variabel stres kerja terhadap variabel kelelahan subjektif, nilai p -value yang didapatkan dari uji *chi-square* sebesar 0,00 (p -value<0,05). Hal tersebut menunjukkan hubungan yang signifikan antara variabel stres kerja terhadap variabel kelelahan subjektif.

Tabel 2. Hasil Uji *Chi-Square* Hubungan Stres Kerja terhadap Kelelahan Subjektif

Variabel	Kelelahan subjektif						p-value*
	Ringan		Sedang		Berat		
	n	(%)	n	(%)	N	(%)	
Stres kerja							
Ringan	43	(65)	16	(24)	7	(11)	0.00
Sedang	7	(24)	11	(38)	11	(38)	

Keterangan: n= jumlah responden; *Signifikan (p -value<0,05), dihitung menggunakan uji *chi-square*.

Observasi menunjukkan bahwa bekerja sebagai operator mesin *weaving* memerlukan tingkat ketelitian yang tinggi, monoton dalam bekerja, serta sikap kerja berdiri yang dapat menyebabkan kelelahan pada tenaga kerja. Sikap kerja yang statis pada tenaga kerja yang dilakukan dalam waktu yang lama, jelas akan menimbulkan kelelahan dan mengakibatkan tenaga kerja mengalami gangguan kesehatan. Rasa lelah yang timbul lebih cepat, disertai gangguan sakit pinggang, sakit punggung, leher dan bahu yang akhirnya akan mengurangi kemampuan kerja serta menurunnya produktivitas kerja. Hal terpenting adalah bagaimana menangani kelelahan dengan tepat agar tidak menjadi kronis.

Stres kerja merupakan respons fisik dan emosional berbahaya yang timbul bila tuntutan pekerjaan tidak sesuai dengan kemampuan atau kebutuhan pekerja (Bultmann dkk, 2002). Grandjean (1998) menjelaskan

situasi kerja yang penuh dengan tekanan atau stres sangat berhubungan dengan perasaan tidak menyenangkan, seperti kecemasan, ketegangan, kehilangan semangat, mudah marah, tidak giat bekerja, dan kelelahan. Sumarni (1998) memaparkan bahwa peristiwa-peristiwa kehidupan yang dihadapi oleh tenaga kerja wanita dalam bentuk tekanan-tekanan yang muncul dan mengarah pada dirinya baik secara langsung maupun tidak langsung sampai tingkat tertentu akan memengaruhi keseimbangan mentalnya. Dalam bahasa psikiatri, fenomena-fenomena yang muncul dalam lingkungan seseorang baik dalam lingkungan kerja, lingkungan tempat tinggal, maupun lingkungan masyarakat yang dapat menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang tersebut harus melakukan adaptasi disebut dengan stres psikososial. Stres psikososial merupakan salah satu penyebab munculnya kelelahan kerja (Setyawati, 1994).

Berdasarkan hasil penelitian pada operator wanita mesin *weaving* di PT. X menyebutkan bahwa sebagian besar tenaga kerja hanya mengalami stres kerja ringan, mengingat bahwa pekerjaan mereka adalah melakukan aktivitas fisik berupa pengontrolan proses penenunan tanpa banyak melakukan aktivitas psikis seperti berpikir, mengingat-ingat, dan menghitung. Faktor lain penyebab stres kerja yang dikeluhkan oleh tenaga kerja yaitu dalam melaksanakan sistem *shift* kerja, terutama pada tenaga kerja wanita dengan *shift* malam. Kurangnya promosi kenaikan jabatan serta kenaikan upah juga dikeluhkan oleh beberapa tenaga kerja wanita tersebut.

Tenaga kerja wanita juga mengeluhkan masalah monoton pekerjaan, kebosanan dan ketegangan dalam bekerja karena terlalu sering diawasi oleh supervisor. Setiap tenaga kerja mengoperasikan 6-8 mesin tenun dengan sekali istirahat, serta posisi bekerja yang berdiri dan berjalan untuk memantau kondisi mesin agar tetap beroperasi dengan baik juga dikeluhkan oleh tenaga kerja wanita tersebut. Tarwaka (2004) menjelaskan bahwa idealnya seorang operator berhadapan dengan satu mesin karena ingatan dan kemampuan manusia berbeda dan terbatas serta dalam pekerjaan perlu pengambilan keputusan yang sifatnya segera, oleh karena itu pengoperasian 6-8 mesin tenun sudah melebihi standar yang seharusnya.

Hasil analisis bivariat antara stres kerja dengan kelelahan subjektif menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang bermakna secara statistik (p -value = 0,00). Hubungan positif memiliki arti bahwa semakin berat stres kerja seorang tenaga kerja wanita, maka semakin berat tingkat kelelahan subjektif yang dialami oleh tenaga kerja wanita tersebut. Begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wambrauw (2010) yang menyebutkan bahwa stres kerja memberikan peran terhadap kejadian kelelahan tenaga kerja wanita di PT. GE Lighting Indonesia Yogyakarta. Tingkat kelelahan kerja lebih berat akan dirasakan oleh tenaga kerja wanita status menikah

dengan tanggung jawab ganda, yaitu bertambahnya stressor psikososial selain stressor di tempat kerja (Sumarni dan Setyawati, 1999). Hasil penelitian Sumarni (1996) pada industri tekstil Kusumatex Yogyakarta menunjukkan bahwa prevalensi tenaga kerja wanita yang menghadapi stressor psikososial mencapai 87,3%. Nieuwenhuijsen dkk (2010) mengemukakan bahwa faktor psikososial berhubungan dengan stres kerja yang mengakibatkan terjadinya kelelahan.

Banyaknya tenaga kerja yang mengalami stres kerja disebabkan karena beban kerja yang berlebih dan menyebabkan kelelahan kerja. Stres kerja dapat dipahami sebagai suatu keadaan di mana seseorang menghadapi tugas atau pekerjaan yang tidak bisa atau belum bisa dijangkau oleh kemampuannya. Stres juga biasa diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang. Penyebab stres berasal dari kondisi dan situasi pekerjaan, beban kerja, *job requirement* seperti status pekerjaan dan karir yang tidak jelas, hubungan interpersonal. Dari beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa stres kerja merupakan bentuk respons psikologis dari tubuh terhadap tekanan-tekanan, tuntutan-tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan yang dimiliki, baik berupa tuntutan fisik atau lingkungan dan situasi sosial yang mengganggu pelaksanaan tugas, yang muncul dari interaksi antara individu dengan pekerjaannya, sehingga dapat menyebabkan stres kerja.

Stres kerja merupakan respons fisik dan emosional berbahaya yang timbul bila tuntutan pekerjaan tidak sesuai dengan kemampuan atau kebutuhan tenaga kerja. Situasi kerja yang penuh dengan tekanan atau stres sangat berhubungan dengan perasaan tidak menyenangkan, seperti kecemasan, ketegangan, kehilangan semangat, mudah marah, tidak giat bekerja, dan kelelahan. Peristiwa-peristiwa kehidupan yang dihadapi oleh tenaga kerja wanita dalam bentuk *stressor* yang muncul dan mengarah pada dirinya baik secara langsung maupun tidak langsung sampai tingkat tertentu akan memengaruhi keseimbangan mental yang dapat mengakibatkan terjadinya stres psikososial. Stres psikososial merupakan salah satu penyebab munculnya kelelahan kerja.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa sebagian besar tenaga kerja hanya mengalami stres kerja ringan, mengingat bahwa pekerjaan mereka adalah melakukan aktivitas fisik berupa pengontrolan proses penenunan tanpa banyak melakukan aktivitas psikis seperti berpikir, mengingat-ingat, dan menghitung. Faktor lain penyebab stres kerja yang dikeluhkan oleh tenaga kerja yaitu dalam melaksanakan sistem *shift* kerja, terutama pada tenaga kerja wanita dengan *shift* malam, kurangnya promosi kenaikan jabatan serta kenaikan upah, masalah monoton pekerjaan, kebosanan, dan ketegangan dalam bekerja karena terlalu sering diawasi oleh supervisor,

pengoperasian 6-8 mesin tenun dengan sekali istirahat, serta posisi bekerja yang berdiri dan berjalan untuk memantau kondisi mesin agar tetap beroperasi dengan baik juga dikeluhkan oleh tenaga kerja wanita tersebut. Idealnya seorang operator berhadapan dengan satu mesin karena ingatan dan kemampuan manusia berbeda dan terbatas serta dalam pekerjaan perlu pengambilan keputusan yang sifatnya segera, oleh karena itu pengoperasian 6-8 mesin tenun sudah melebihi standar yang seharusnya.

Hasil analisis bivariat antara stres kerja dengan kelelahan subjektif menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang bermakna secara statistik ($p\text{-value} = 0,00$). Hubungan positif memiliki arti bahwa semakin berat stres kerja seorang pekerja wanita, maka semakin berat tingkat kelelahan subjektif yang dialami oleh tenaga kerja wanita tersebut. Begitu pula sebaliknya. Variabel stres kerja dapat memprediksi 8,3% terhadap kelelahan subjektif pada tenaga kerja wanita unit *weaving loom* PT. X.

KESIMPULAN

Stres kerja mempunyai hubungan yang bermakna terhadap kejadian kelelahan subjektif pada tenaga kerja wanita bagian produksi unit *weaving loom* PT. X.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada PT. X atas ijin penelitian serta kontribusi yang diberikan. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bultmann, U., Kant, I., Kasl, S.V., Schroer, K.A.P., Swaen, G.M.H., van den Brant, P.A. 2002. Lifestyle Factors As Risk Factors For Fatigue And Psychological Distress In The Working Population: Prospective Results From The Maastricht Cohort Study. *J. Occup. and Envrn. Med. (JOEM)*. 44 (2). Pp.116–124.
- Gibson, J.L., Ivanevich, J.M., dan Donnelly, J.H. 1996. Organisasi, Perilaku, Struktur dan Organisasi, Editor: Lindon Saputra. Penerbit Binarupa Aksara. Jakarta.
- Grandjean, E. 1998. General Fatigue. *Encyclopedia of Occupational Health and Safety* 4th Edition Volume I. International Labor Organization. Geneva.
- Nieuwenhuijsen, K., Bruinvels, D., dan Frings-Dresen, M. 2010. Psychosocial Work Environment And Stress-Related Disorders, A Systematic Review. *Occupational Medicine*. 60: 277–286.
- Silastuti, A. 2006. Hubungan antara Kelelahan dengan Produktivitas Tenaga Kerja di bagian Penjahitan PT. Bengawan Solo Garment Indonesia. Tesis. Universitas Negeri Semarang. Semarang.

- Setyawati, L. 1994. Kelelahan Kerja Kronis, Kajian terhadap Kelelahan Kerja, Penyusunan Alat Ukur, serta Hubungannya dengan Waktu Reaksi dan Produktivitas Kerja. Disertasi. Program Pascasarjana. UGM. Yogyakarta.
- Sudarwati, L. 2003. Wanita dan Struktur Sosial (Suatu Analisis tentang Peran Ganda Wanita Indonesia). Makalah. USU Digital Library. FISIP. Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Suma'mur, P.K. 2014. Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (Hiperkes) Edisi 2. Penerbit Sagung Seto. Jakarta.
- Sumarni, D.W. 1996. Pengaruh Stressor Psikososial terhadap Depresi dan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja Wanita Industri di Kotamadya Yogyakarta. Laporan Penelitian. DPP Fakultas Kedokteran UGM. Yogyakarta.
- Sumarni, D.W. 1998. Rekreasi, Pengaruhnya terhadap Stres Psikososial dan Kelelahan Kerja. Tesis. Program Pascasarjana. UGM. Yogyakarta.
- Sumarni, D.W., dan Setyawati, L. 1999. Pelecehan Tenaga Kerja Perempuan. Kerja Sama Ford Foundation dengan Pusat Penelitian Kependudukan, UGM. Yogyakarta.
- Tarwaka, Bakri, S.H.A., dan Sudiajeng, L. 2004. Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas. UNIPRESS. Surakarta.
- Wambrau, A. 2010. Stres Kerja Ditinjau dari Shift Kerja dan Beban Kerja pada Pekerja Wanita di PT. GE Lighting Indonesia Yogyakarta. Tesis. UGM. Yogyakarta.